

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ УСЛОВИЙ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Ключевые слова: здоровьесберегающие условия; обучающиеся с ОВЗ; адаптированная образовательная программа; индивидуальная программа реабилитации и абилитации инвалида.

Введение. Введение федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ делает актуальной проблему создания специальных условий организации образования для таких детей. Ст. 79 федерального закона ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации» раскрывает особенности получения образования обучающимися с ОВЗ. Требования законодательства связаны с созданием условий организации обучения и воспитания в соответствии с адаптированной образовательной программой, а для детей-инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации и абилитации инвалида. Одной из таких составляющих является обеспечение здоровьесберегающих условий, к которым относятся оздоровительный и охранительный режим, укрепление физического и психического здоровья, профилактика физических, умственных и психологических перегрузок обучающихся, соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм.

Материалы и методы.

1. *Организация охранительного режима*, который предполагает четкий, спокойный, привычный для ребенка распорядок дня. При этом, согласно методическим рекомендациям по организации специальных условий получения образования для детей с ОВЗ [1, п. 2.4; п. 2.6], под организацией и соблюдением охранительного режима понимаются:

- создание климата психологического комфорта;
- предупреждение психофизических перегрузок;
- чередование видов деятельности;
- введение достаточной продолжительности перемен (не менее 10 мин. между уроками и 20 мин. — после третьего урока, проведение динамической паузы);
- учет работоспособности обучающихся с ОВЗ.

2. *Укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ.* Реализация данного условия связана с организацией комплекса профилактических мероприятий. Так, например, для сохранения и укрепления телесной вертикали, позвоночника, осанки учебные занятия организуются в режиме смены динамических поз, то есть обучение происходит в системе периодической смены поз «сидя» и «стоя» [2]. Уроки литературного чтения проводятся в игровой или сенсорной комнате. При чтении нового произведения дети лежат на ковре или сидят в удобной для них позе.

3. *Профилактика физических, умственных и психологических перегрузок обучающихся.* Для активизации межполушарного взаимодействия, стимулирования познавательной деятельности на уроках, повышения стрессоустойчивости возможно выполнять кинезиологические упражнения. В комплексы упражнений включены растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию и массаж [2].

Результаты. В исследовании приняли участие 12 обучающихся с ОВЗ (а нарушениями интеллекта, слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата). Данные нашего наблюдения показывают, что обеспечение здоровьесберегающих условий в рамках реализации адаптированных образовательных программ и индивидуальных программ реабилитации и абилитации способствует повышению эффективности работы с ними. У 100 % детей снялись непроизвольные непреднамеренные движения и мышечные зажимы, повысилась психическая активность на уроке, в том числе их учебно-познавательные способности.

Заключение. Подводя итог, отметим, что обеспечение здоровьесберегающих условий способствует более эффективному вклю-

чению ребенка с ОВЗ в посильную и постоянную деятельность, стимулирует, тренирует здоровые качества и этим ослабляет недостатки. А это дает возможность педагогу постепенно и последовательно предъявлять ученику все большие требования, но с учетом его индивидуальных особенностей и психофизических возможностей.

1. О направлении методических рекомендаций по организации специальных условий получения образования для детей с ОВЗ в соответствии с заключениями ПМПК : письмо МОПО СО от 06.04.2016 № 02-01-82/2941 // Екатеринбург.рф : [интернет-портал]. URL: <https://xn-80acgfbsl1azdqr.xn--p1ai/file/0ab726be8baf44bc48f7fc8b0b7c88e> (дата обращения: 18.06.2019).

2. *Смирнов Н. К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М. : АРКТИ, 2005. 320 с.